



נוהל קבוצות מבוגרים בבריכת מרכז מ.ט.ר.ה

- במרכז מ.ט.ר.ה מתקיימות מגוון פעילויות קבוצתיות במים בהדרכת מטפלים ומדריכים מוסמכים.
- הפעילות בבריכה טיפולית מחוממת ומקורה בכל ימות השנה, במים לא עמוקים (0.80-1.20 מטר), ומתאימה גם למי שאינו שוחה (למעט קבוצות ספציפיות בהן הוגדר אחרת).
- הקבוצות יתקיימו בקבוצות קטנות המבטיחות יחס אישי לכל מטופל.
- כלל הקבוצות מיועדות לנשים וגברים כאחד, למעט קבוצות בהן הוגדר אחרת.
- הפעילויות מתקיימות בימים ובשעות קבועים.
- לפני ההשתלבות בקבוצה ייערך מפגש מקדים עם פיזיותרפיסט/מטפל המדריך את הקבוצה.
- במקביל לפעילות הקבוצתית יתקיימו פעילויות נוספות במתחם הבריכה.

• סוגי הקבוצות במרכז:

קבוצות טיפוליות:

משך הקבוצות 30 דקות.

הפעלה כללית – התעמלות בריאותית במים. מטרת הקבוצה לשפר את הכושר הגופני גם למתקשים לבצע פעילות גופנית ביבשה.

קבוצת גב- מיועדת לסובלים מכאבי גב מכל סיבה שהיא: לאחר ניתוחי גב למיניהם, עקמת, כאבי גב, פריצות דיסק, בלט. מטרת הקבוצה הינה הפחתת כאבים ושימור תפקוד בחיי היום יום.

גפה תחתונה-מיועדת לסובלים מהקרנות כאב, קושי בטווחי תנועה, במפרקי ירך ברך או קרסול, לאחר/ לפני החלפות מפרקים בגפיים התחתונות. מטרת הקבוצה הינה הפחתת כאבים הגדלת טווחי תנועה ושימור תפקוד בחיי היום יום.

קבוצת כתף צוואר -מיועדת לאנשים עם פגיעות בצוואר, פריצות דיסק, פגיעות בכתף שברים, החלפת מפרק כתף קפואה. הקבוצה מיועדת לאנשים שמסוגלים לשחות.

קבוצת תחנות למגוון פגיעות.

קבוצות התעמלות במים:

משך הקבוצות 45 דקות.

פילאטיס במים- מתאים לחיזוק כל קבוצות השרירים בגוף, איזון והגמשת השרירים ובמיוחד שרירי הליבה, תורם לפיתוח גמישות, יציבה ושיווי המשקל. מיועד לאנשים שמחפשים שיטת אימון שמבטיחה מינימום פציעות ומקסימום בריאות.

התעמלות מגדרית מופרדת - פעילות במים לנשים בלבד: הפעלה כללית, תנועתיות במים, מתיחות, חיזוק שרירים ועוד. הקבוצה מיועדת לנשים החל מגיל 16.

[הקלד טקסט]





- מטופל יקר במידה והנך סובל מאחד התסמינים/המחלות הבאות הכניסה לבריכה אסורה, ותותר לאחר העברת אישור רפואי עדכני ממומחה בלבד, תודה על שיתוף הפעולה:
מחלת עור, מחלת דרכי נשימה/ראות כרונית, אפילפסיה, מחלה אונקולוגית, פצע פתוח, הזנה באמצעי עזר, קלקול קיבה.

• מסמכים נדרשים:

- אישור רפואי המעיד כי אין מניעה לפעילות במים.
- חתימה על נוהל זה.

- הנחות ("אני חולוני" "אזרח ותיק"), יינתנו בכפוף להצגת תעודות מתאימות.

תשלום:

- יש להסדיר התשלום בעבור כל חודש לשנה מראש.
- לא יינתן החזר בעבור היעדרויות משיעורים מכל סיבה שהיא.
- הקפאת מנוי:
- מסיבות בריאותיות, בהן מומצא אישור רפואי בו ייכתב כי המטופל מנוע מפעילות בברכה מסיבות רפואיות.
ניתן להקפיא המנוי חד פעמי לחודש קלנדרי בלבד בתקופת המנוי, בתנאי שלא סומנה הוגעה לאף טיפול במהלך אותו חודש.

• חובות המתרחצים:

- מטופלי קופות חולים המגיעים עם התחייבויות לסדרת טיפולים:
- בריכת מטרה הינה בריכה טיפולית ואינה מיועדת לרחצה, השימוש בבריכה מותר בזמן הטיפול שנקבע ובליווי מטפל מטרה בלבד.
אין לגעת במי הבריכה שלא במועד הטיפול ובלוויית מטפל אישי, מטופל או מלווה שלא ישמעו להנחיות הנל יוצאו מטיפול לאלתר.
- נוהל ביטולים: יש להגיע באופן סדיר לכל המפגשים. יתאפשר ביטול אחד בסדרה בהודעה מראש למזכירות המרכז. לאחר הביטול השני ההשתלבות בקבוצה תהיה על בסיס מקום פנוי ובתיאום מראש בלבד.
- ניתן להשלים מפגש במהלך אותו שבוע, בכל קבוצה אחרת המתקיימת במרכז ובתיאום מראש עם מזכירת התחום.
- באחריות המטופל להודיע על כל שינוי במצבו הרפואי במידי, למזכירות המרכז.
- יש להישמע להוראות צוות מ.ט.ר.ה במקום.
- אין להיכנס לבריכה שלא בשעות המיועדות לקבוצות.
- אין להיכנס לבריכה בהעדר מציל.
- בעלי שיער ארוך מחויבים בכובע ים.
- בעת ליקוי כלשהו במים לא תתאפשר הכניסה לבריכה.
- לא יינתן זיכוי כלשהו עבור הגעה במצב בו לא מתאפשרת כניסה למים.
- אין מרכז מ.ט.ר.ה אחראי על שמירת חפצי המטופלים במהלך השהייה במרכז.
- באחריות המטופל להסדיר תשלום מבעוד מועד לפני כניסה למים.

• דרכי תקשורת עם מרכז מטרה:

- במייל: sharonaa@reh.co.il

ווטסאפ להודעות בלבד 0528414488

[הקלד טקסט]





- קבלת קהל: ימי א-ד בין השעות 9:00-18:00, יום חמישי 9:00-16:00, יום שישי 8:00-12:00.
- טלפון: 03-5569693-עקב עומס פניות ניתן מענה טלפוני מועט. פקס: 03-5590850
- **נוהל שירות נגיש:**

<u>כמות המשתתפים</u>	<u>סוג ההנגשה הנדרש</u>
<u>הנדרשים להתאמה זו</u>	
	תרגום לשפת הסימנים
	אפשרות ליצירת קשר עם המרכז במייל/ ווטסאפ או פקס
	מערכת עזר לשמיעה FN
	מערכת ירידה למי הברכה (מנוף) למטופלי הברכה
	חניה נגישה
	תלמיד הורה עם מוגבלות שמיעה שאינם משתמשים במכשיר שמיעה
	תלמיד /הורה הזקוק למתורגמן לשפת סימנים
	תלמיד/הורה הזקוק לחומר הדרכה כתוב
	תלמיד /הורה הזקוק לחומר הדרכה עם פישוט לשוני
	תלמיד הורה הזקוק לחומר ההדרכה בכתב ברייל

חובה לצרף צילום תעודת זהות וספח עם שם הילד וסטטוס הורים (נשוי/רווק/גרש וכדומה)

בחתימתי זו אני מצהיר כי קראתי והבנתי את הנוהל, ואני מתחייב לנהוג לפיו:

שם המטופל: _____

ת.ז. מטופל: _____

חתימה: _____

תאריך: _____

- ביטול ההרשמה על פי חוק הגנת הצרכן.

ט.ל.ח., המסמך מנוסח בלשון זכר אך מתייחס לשני המינים

[הקלד טקסט]

